



PTEC

# Monthly NEWS LETTER

Volume 2

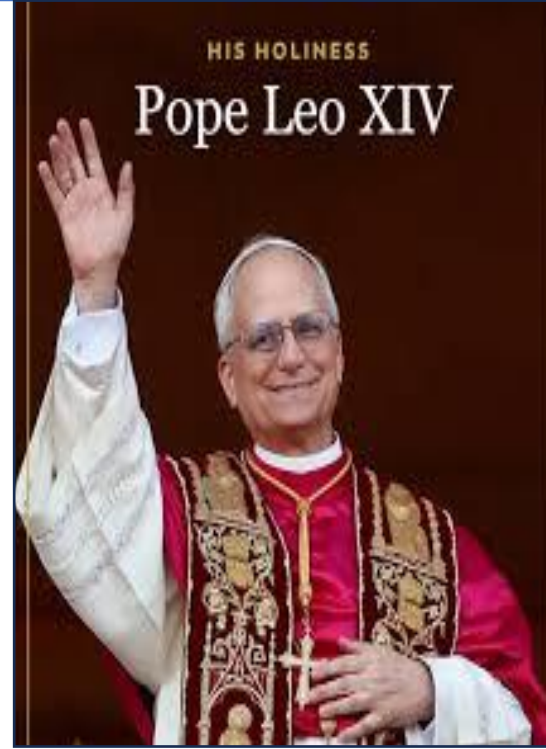
May – June, 2025

Issue 2

**पोप लियो XIV (रॉबर्ट फ्रांसिस प्रीवोस्ट;** जन्म 14 सितंबर, 1955) कैथोलिक गिरजाघर के पोप और वैटिकन सिटी के प्रमुख हैं। पोप फ्रांसिस की मृत्यु के बाद 8 मई 2025 को 2025 पोप सम्मेलन के दौरान उनका चुनाव किया गया।

शिकागो, इलिनोइस में जन्मे प्रीवोस्ट ने अपना प्रारंभिक पादरी जीवन, ऑर्डर ऑफ सेंट ऑगस्टीन को समर्पित किया। रॉबर्ट ने अपना पूरा जीवन पेरू में सेवा करते हुए बिताया है। उनकी सेवा में 1985 से 1986 और 1988 से 1998 तक पेरू में व्यापक कार्य शामिल था, जहां उन्होंने पैरिश पादरी, डायोसेसन अधिकारी, सेमिनरी शिक्षक और प्रशासक के रूप में कार्य किया। 2001 से 2013 तक ऑर्डर ऑफ सेंट ऑगस्टीन के पूर्व जनरल चुने गए, बाद में वे चिकलेयो के बिशप (2015-2023) के रूप में पेरू लौट आए। 2023 में, पोप फ्रांसिस ने उन्हें बिशपों के लिए डिक्स्टरी का प्रीफेक्ट और लातिनी अमरीका के लिए पॉप्टिफिकल कमीशन का अध्यक्ष नियुक्त किया और उसी वर्ष उन्हें कार्डिनल बनाया। इन भूमिकाओं ने पोप उम्मीदवार के रूप में उनकी प्रमुखता को बढ़ाया।

लियो १४ के पास अमेरिका और पेरू की दोहरी नागरिक है, इस प्रकार वे अमेरिका और पेरू के पहले पोप बने हैं। वह ऑर्डर ऑफ सेंट ऑगस्टीन से पहले पोप हैं और रूल ऑफ सेंट ऑगस्टीन के नियम का पालन करने वाले ऑर्डर से सातवें हैं।



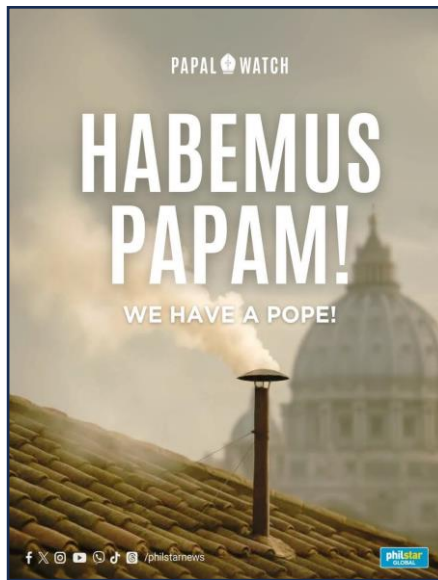
## हेबेमस पापम

हेबेमस पापम (शाब्दिक अर्थ 'हमारे पास एक पोप है') एक लैटिन वाक्यांश है जिसका उपयोग कैथोलिक चर्च के नए पोप के चुनाव की घोषणा में किया जाता है, जिसे पारंपरिक रूप से कार्डिनल्स कॉलेज के प्रोटोडेकॉन (कॉलेज में वरिष्ठ कार्डिनल डीकन) या पोप कॉन्क्लेव में भाग लेने वाले वरिष्ठ कार्डिनल डीकन द्वारा दिया जाता है।

यह घोषणा वैटिकन में सेंट पीटर बेसिलिका की केंद्रीय बालकनी (लॉजिया) से की जाती है, जहाँ से सेंट पीटर स्क्वायर दिखाई देता है। घोषणा के बाद, नए पोप को लोगों के सामने पेश किया जाता है जहाँ वह अपना पहला उर्बी एट ओर्बी आशीर्वाद देते हैं।

अंदर देखें

विदाई – समारोह  
स्टाफ ओरिएंटेशन प्रोग्राम  
भावनात्मक परिपक्वता



साभार

विकिपीडिया, निःशुल्क विश्वकोष से

## सेंट ऑगस्टीन का नियम

लगभग 400 वर्ष में लिखा गया सेंट ऑगस्टीन का नियम, आठ अध्यायों में विभाजित एक संक्षिप्त दस्तावेज है और समुदाय में जीने वाले धार्मिक जीवन की रूपरेखा के रूप में कार्य करता है। यह पश्चिमी चर्च में सबसे पुराना मठवासी नियम है।

हिप्पो के ऑगस्टीन (354-430) द्वारा विकसित यह नियम शुद्धता, गरीबी, आज्ञाकारिता, दुनिया से अलगाव, श्रम का बंटवारा, हीनता, भाईचारे का दान, सामूहिक प्रार्थना, व्यक्ति की शक्ति के अनुपात में उपवास और संयम, बीमारों की देखभाल, मौन और भोजन के दौरान पढ़ना को नियंत्रित करता है। यह बारहवीं शताब्दी के बाद से व्यापक पैमाने पर उपयोग में आया और आज भी डोमिनिकन, सर्वाइट्स, मर्सिडेयन, नॉर्बर्टिन और ऑगस्टिनियन सहित कई आदेशों द्वारा नियोजित किया जाता है।

समय पर "समय" देने वाले लोग  
"समय" पर मिल जाय, तो  
"समय" को अच्छा होने में  
"समय" नहीं लगता।

समय का पहिया घूमता हुआ आज हमें खुशी एवं गम के दोराहे पर खड़ा कर दिया है। खुशी वह आयाम है जिसके बिना जीवन की कल्पना नहीं हो सकती। जीवन की व्यस्तता के साथ हमारी ये खुशी एवं गम भरे एहसास के इन शानदार पलों के बीच मैम अमीना आपका हार्दिक अभिनंदन।

गर्मियों के दिल, गर्मजोशी और उत्सवों से भरे एक जीवंत महीने में अर्थात् 09-07-2018 को आपने प्राथमिक शिक्षक शिक्षा महाविद्यालय में सामाजिक विज्ञान शिक्षिका के रूप में पदार्पण किया। आपने अपने कर्तव्य का पालन विगत 6 वर्षों से सहृदय होकर सहज और शालीन बनकर किया।

आपके आचरण एवं व्यवहार की मिलनसारिता एवं संवेदनशीलता ने सभी प्रशिक्षणार्थियों का मार्गदर्शन करते हुए कला एवं उद्योग के क्षेत्र में भरपूर सहयोग रहा।

एक मिश्रित भावना लिए आज हम सभी आपको, आपके नए अवसर के लिए बधाई देने के साथ-साथ आपके साथ बिताए गए सुनहरे पलों को अलविदा कह रहे हैं।



आपके साथ काम करते हुए जो अनुभव, सहयोग और दोस्ताना माहौल मिला, वह हमेशा हमारे लिए यादगार रहेगा।

आपकी मेहनत, सकारात्मक दृष्टिकोण और सहयोग भावना न केवल कार्यस्थल के माहौल को बेहतर बनाया बल्कि हमें भी निश्चल भाव से कार्य करने की प्रेरणा दी है। निश्चय ही कर्म ही आपकी पहचान है, वरना एक नाम के तो हजारों इंसान हैं।



हम आशा करते हैं कि आपके नए सफर में आपको और भी बड़ी सफलताएँ मिलें। भविष्य आपके लिए ढेरों उपलब्धियाँ और खुशियाँ लेकर आए। परिवार में वैचारिक तालमेल, भावनात्मक तन्मयता तथा परस्पर प्रेम बना रहे। निरंतर आपके जीवन में दुआओं की बरसात हो।

महाविद्यालय परिवार आभार एवं शुभकामनाओं के साथ आपके उत्तरोत्तर सफलता की कामना करता है।

PTEC परिवार



शुभकामनायें देती प्रथम वर्ष की छात्राएँ

## शिक्षकों का उन्मुखीकरण कार्यक्रम सम्पन्न

शिक्षकों के लिए दिनांक 28 जून को उन्मुखीकरण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। जिसमें मुख्य वक्ता फा. सैजू ने “भारत के संविधान और कानून” विषय पर अपने विचार व्यक्त किए। यह सेमिनार शैक्षिक और जागरूकता बढ़ाने के उद्देश्य से आयोजित किया गया था, जिसमें विचार विमर्श का भी आयोजन किया गया।



### सेमिनार का उद्देश्य

इस सेमिनार का मुख्य उद्देश्य भारत के संविधान और कानून के महत्व को समझाना था। इसमें भाग लेने वाले शिक्षकों को संविधान की मूलभूत बातें, उसके निर्माण का इतिहास, और वर्तमान में उसके अनुप्रयोग के बारे में जागरूक किया गया। साथ ही, कानून के पालन और नागरिक कर्तव्यों के प्रति जागरूकता भी बढ़ाई गई।

### मुख्य वक्ता और उनके विचार

फा. सैजू ने अपने वक्तव्य में संविधान के मूल सिद्धांतों पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि संविधान हमारे देश का आधार है, जो सभी नागरिकों को समान अधिकार और स्वतंत्रता प्रदान करता है। उन्होंने यह भी कहा कि कानून का सम्मान और पालन हमारे देश की समृद्धि का आधार है। उन्होंने मुख्यतः भारत के पाँच कानून, विभिन्न तरह के कोर्ट, न्याय संबंधी बातें, एफ़आईआर और सनहा दर्ज करने की प्रक्रिया, एफ़आईआर दर्ज करने से लेकर जजमेंट तक होने वाली प्रक्रियाओं के बारे में उदाहरण सहित बतलाया।

### विचार विमर्श का सत्र

सेमिनार में विचार विमर्श का सत्र भी शामिल था, जिसमें प्रतिभागियों ने अपने विचार व्यक्त किए। इस सत्र में विभिन्न मुद्दों पर चर्चा हुई, जैसे कि कानून का पालन, भ्रष्टाचार से लड़ाई, और नागरिक अधिकारों का संरक्षण। प्रतिभागियों ने अपने अनुभव साझा किए और सुझाव दिए कि कैसे संविधान और कानून का प्रभावी कार्यान्वयन किया जा सकता है।

### निष्कर्ष

यह सेमिनार भारत के संविधान और कानून के महत्व को समझाने में सफल रहा। इससे सभी प्रतिभागियों में जागरूकता और जिम्मेदारी का भाव जागृत हुआ। यह आयोजन हमारे देश के लोकतांत्रिक मूल्यों को मजबूत करने का एक महत्वपूर्ण कदम था। हमें चाहिए कि हम संविधान का सम्मान करें और कानून का पालन कर देश के विकास में योगदान दें।

## भावनात्मक परिपक्वता (Emotional Maturity)

**भावनात्मक परिपक्वता** का अर्थ है अपनी भावनाओं को पहचानना, समझना, और उनके साथ प्रभावी ढंग से व्यवहार करना। यह एक ऐसा कौशल है जो हमें तनावपूर्ण परिस्थितियों में शांत रहने, स्पष्ट रूप से सोचने और दूसरों को ध्यान में रखते हुए कुछ भी चुनाव करने में मदद करता है।

**भावनात्मक परिपक्वता के कुछ महत्वपूर्ण पहलू:**

**आत्म-जागरूकता:** अपनी भावनाओं को समझने की क्षमता, यह जानना कि आप उन्हें क्यों महसूस करते हैं, और वे आपके व्यवहार को कैसे प्रभावित करते हैं।

**भावनाओं को नियंत्रित करना:** भावनाओं को दबाने या उन्हें खुले तौर पर व्यक्त करने के बजाय, उन्हें प्रभावी ढंग से प्रबंधित करने की क्षमता।

**सहनशीलता और सहानुभूति:** दूसरों की भावनाओं को समझने और उनके साथ सहानुभूति रखने की क्षमता।

**जिम्मेदारी:** अपने कार्यों और उनके परिणामों के लिए जिम्मेदारी लेने की क्षमता।

**लचीलापन:** चुनौतियों और कठिनाइयों से निपटने की क्षमता और उन से सीखने की क्षमता।

**भावनात्मक परिपक्वता के लाभ:**

**स्वस्थ संबंध:** भावनात्मक रूप से परिपक्व लोग दूसरों के साथ बेहतर ढंग से संबंध बना सकते हैं, क्योंकि वे दूसरों की भावनाओं को समझते हैं और उनका सम्मान करते हैं।

**सफल जीवन:** भावनात्मक रूप से परिपक्व लोग जीवन की चुनौतियों का सामना करने के लिए बेहतर ढंग से तैयार होते हैं, क्योंकि वे तनाव को बेहतर ढंग से प्रबंधित कर सकते हैं और अपने लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए प्रेरित रह सकते हैं।

**आत्म-सुख:** भावनात्मक रूप से परिपक्व लोग खुद के साथ बेहतर महसूस करते हैं, क्योंकि वे अपनी भावनाओं को समझते हैं और उनके साथ प्रभावी ढंग से व्यवहार करते हैं।

**भावनात्मक परिपक्वता को विकसित करने के तरीके:**

**अपनी भावनाओं को जानें:** अपनी भावनाओं को समझने और उनसे निपटने के लिए समय निकालें।

**आत्म-जागरूकता बढ़ाएं:** अपनी भावनाओं, विचारों और व्यवहारों के बारे में जागरूक रहें।

**अपनी भावनाओं को व्यक्त करना सीखें:** अपनी भावनाओं को स्वस्थ और प्रभावी ढंग से व्यक्त करने के तरीके खोजें।

**दूसरों के साथ सहानुभूति रखें:** दूसरों की भावनाओं को समझने और उनके साथ सहानुभूति रखने का प्रयास करें।

**आत्म-नियंत्रण विकसित करें:** तनावपूर्ण परिस्थितियों में शांत रहने और स्पष्ट रूप से सोचने का अभ्यास करें।

**जिम्मेदारी लें:** अपने कार्यों और उनके परिणामों के लिए जिम्मेदारी लें।

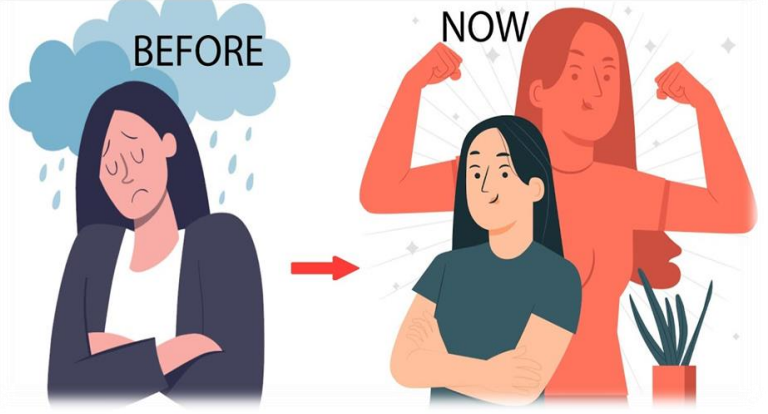
**लचीलापन विकसित करें:** चुनौतियों और कठिनाइयों से निपटने की क्षमता विकसित करें।

**सहायता मांगें:** आवश्यकता पड़ने पर, किसी मित्र, परिवार के सदस्य या चिकित्सक से सहायता मांगें।

**निष्कर्ष:**

भावनात्मक परिपक्वता एक महत्वपूर्ण कौशल है जो हमारे जीवन को बेहतर बनाने में मदद कर सकता है। यह हमें स्वस्थ संबंध बनाने, सफल जीवन जीने और आत्म-सुख प्राप्त करने में मदद करता है।

## HOW TO BECOME EMOTIONALLY MATURE



## PRIMARY TEACHERS' EDUCATION COLLEGE

Gurwa, PO Sitagarha, Dist. Hazaribag 825 303, Jharkhand, INDIA

(A Christian Minority Institution under the Hazaribag Jesuits Education Society: Estd: 1958)

Recognized by ERC, NCTE vide order No. BR-E/E- 2/96/2799(12) dt 11.02.1997.

Mob. 8987903798 (O) 9835358073 (P) Email: info@ptecgurwa.org Website: www.ptecgurwa.org